Boodschappenlijstje van kookavond 28-09-2020

Samengesteld door: Rob Drissen

Dit boodschappenlijstje is bedoeld voor ***5 personen***. Indien u voor meer of minder personen kookt, kunt u zelf de aantallen op de stippellijntjes aanpassen.

Japanse Biefstuksalade

..... 250 g mihoen
..... 1 komkommer
..... 1 bosje radijs
..... 150 g waterkers
..... 12 eetl. Japanse sojasaus
..... 8 eetl. rijstazijn
..... 2 theel. kristalsuiker
..... 2 theel. wasabi-pasta
..... 2 theel. sesamolie
..... 3 biefstukken
..... 4 eetl. geroosterde sesamzaadjes
..... zout
..... peper
..... zonnebloemolie (om te bakken)

Chicken Katsu curry

Chicken:
..... 5 kippendijen
..... 150 g bloem
..... 180 g panko
..... 2 eieren (losgeklopt)
..... zonnebloemolie (om te bakken)
..... zout
..... 400 g rijst

Curry:
..... 1 ui (fijngehakt)
..... 2 tenen knoflook (fijngehakt)
..... 1 eetl. verse gember (geraspt)
..... 1 eetl. bloem
..... 1 theel. kerrie
..... 1 theel. garam masala
..... 1 theel. kurkuma
..... snufje gedroogde chili
..... 2 theel. rijstazijn
..... 2 theel. honing

..... 650 ml kippenbouillon
..... 0,5 winterpeen (in halve plakjes)
..... 2 zoete aardappels (in blokjes)
..... Handje edamame (jonge sojaboontjes)
..... 1 eetl. maïzena
..... zout
..... scheutje zonnebloemolie

Dessert sushi met fruit

..... 200 g dessertrijst
..... 400 ml kokosmelk
..... 300 ml water
..... 1 zakje vanillesuiker
..... 3 eetl. suiker
..... garnering zoals aardbeien, kiwi, mango, blauwe bessen